

TRAIT D'UNION

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

PROGRAMME MARS 2022

Semaine 1^{er} au 6 mars 2022

FELDENKRAIS, mardi 1^{er} mars, 19h45 – 20h45, [en visio](#)

CAFÉ PSYCHO, mardi 1^{er} mars, 20h00 – 22h00, [en visio](#)

YOGA, mercredi 2 mars, 19h15-20h15 et 20h30-21h30, [en présentiel](#)

FENDENKRAIS, jeudi 3 mars, 12h30 – 13h30, [en visio](#)

SOPHROLOGIE, jeudi 3 mars, à 19h15, [en visio](#)

FELDENKRAIS, vendredi 3 mars, 11h00 – 12h00, [en visio](#)

YOGA, vendredi 4 mars, 12h00 – 13h00 et 13h0 – 14h00, [en présentiel](#)

SOIRÉE JEUX, vendredi 4 mars, à 20h00, [en visio](#)

SOPHROLOGIE, samedi 5 mars, 9h30 – 10h30, [en présentiel](#)

CERCLE DES FEMMES, samedi 5 mars, 14h00 – 16h00, [en présentiel](#)

Atelier CHANSONS, samedi 5 mars, à 16h00, [en présentiel](#)

Semaine 7 au 13 mars 2022

MORNING SOPHRO, lundi 7 mars, à 9h00, [en visio](#)

PREMIERS PAS EN ART-THÉRAPIE, lundi 7 mars, 19h30 – 21h00, [en présentiel](#)

FELDENKRAIS, mardi 8 mars, 19h45 – 20h45, [en visio](#)

CAFÉ PSYCHO, mardi 8 mars, 20h00 – 22h00, [en visio](#)

YOGA, mercredi 9 mars, 19h15-20h15 et 20h30-21h30, [en présentiel](#)

FENDENKRAIS, jeudi 10 mars, 12h30 – 13h30, [en visio](#)

SOPHROLOGIE, jeudi 10 mars, à 19h15, [en visio](#)

FELDENKRAIS, vendredi 11 mars, 11h00 – 12h00, [en visio](#)

YOGA, vendredi 11 mars, 12h00 – 13h00 et 13h0 – 14h00, [en présentiel](#)

ATELIER D'ÉCRITURE vendredi 11 mars, à 20h00, [en visio](#)

SOPHROLOGIE, samedi 12 mars, 9h30 – 10h30, [en présentiel](#)

AUBERGE ESPAGNOLE : Parler et manger espagnol, samedi 12 mars à 12h00, [en présentiel](#)

STUDIO RÉPARATION, samedi 12 mars, 14h00 – 16h30, [en présentiel](#)

Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 12 mars, 17h00 - 18h30, [en présentiel](#)

Atelier GYM SPÉCIAL MAL DE DOS, dimanche 13 mars, 14h00 – 15h00, [en présentiel](#)

Atelier PEINTURE, dimanche 13 mars, 15h30 – 18h00, [en présentiel](#)

Semaine 14 au 20 mars 2022

MORNING SOPHRO, lundi 14 mars, à 9h00, [en visio](#)

DÉCOUVERTE DE L'ART-THÉRAPIE, lundi 14 mars, 19h30 – 21h00, [en présentiel](#)

FELDENKRAIS, mardi 15 mars, 19h45 – 20h45, [en visio](#)

CAFÉ PSYCHO, mardi 15 mars, 20h00 – 22h00, [en visio](#)

YOGA, mercredi 16 mars, 19h15-20h15 et 20h30-21h30, [en présentiel](#)

FENDENKRAIS, jeudi 17 mars, 12h30 – 13h30, [en visio](#)

CAFÉ INTERCULTUREL, jeudi 17 mars, à 19h00, [en présentiel](#)

SOPHROLOGIE, jeudi 17 mars, à 19h15, en visio

FELDENKRAIS, vendredi 18 mars, 11h00 – 12h00, en visio

YOGA, vendredi 18 mars, 12h00 – 13h00 et 13h0 – 14h00, en présentiel

SOIRÉE JEUX, vendredi 18 mars, à 20h00, en visio

SOPHROLOGIE, samedi 19 mars, 9h30 – 10h30, en présentiel

Atelier DÉCOUVERTE DE LA GRAPHOLOGIE, samedi 19 mars, 14h00 – 15h30, en présentiel

Atelier CHANSONS, samedi 19 mars, à 16h00, en présentiel

Stage QI GONG, dimanche 20 mars, 14h30 – 15h30 en présentiel

Semaine 21 au 27 mars 2022

MORNING SOPHRO, lundi 21 mars, à 9h00, en visio

PREMIERS PAS EN ART-THÉRAPIE, lundi 21 mars, 19h30 – 21h00, en présentiel

FELDENKRAIS, mardi 22 mars, 19h45 – 20h45, en visio

CAFÉ PSYCHO, mardi 22 mars, 20h00 – 22h00, en visio

DESSIN MEDITATIF, mercredi 23 mars, 15h00 – 16h30, en présentiel

CONVERSATION EN ALLEMAND, mercredi 23 mars, à 19h00, en visio

FELDENKRAIS, jeudi 24 mars, 12h30 – 13h30, en visio

Atelier ZENTANGLE, jeudi 24 mars, 14h00 – 15h30, en présentiel

SOPHROLOGIE, jeudi 24 mars, à 19h15, en visio

FELDENKRAIS, vendredi 25 mars, 11h00 – 12h00, en visio

YOGA, vendredi 25 mars, 12h00 – 13h00 et 13h0 – 14h00, en présentiel

ATELIER D'ÉCRITURE vendredi 25 mars, à 20h00, en visio

SOPHROLOGIE, samedi 26 mars, 9h30 – 10h30, **en présentiel**

Atelier CLAQUETTES, samedi 26 mars, 11h30 – 13h15, **en présentiel**

Atelier VISION BOARD, samedi 26 mars, 14h00 – 16h30, **en présentiel**

Atelier INITIATION À LA PRISE DE PAROLE EN PUBLIC, samedi 26 mars, 17h00 – 18h30,
en présentiel

Atelier PEINTURE, dimanche 27 mars, 15h30 – 18h00, **en présentiel**

Semaine 28 au 31 mars 2022

MORNING SOPHRO, lundi 28 mars, à 9h00, **en visio**

DÉCOUVERTE DE L'ART-THÉRAPIE, lundi 28 mars, 19h30 – 21h00, **en présentiel**

FELDENKRAIS, mardi 29 mars, 19h45 – 20h45, **en visio**

CAFÉ PSYCHO, mardi 29 mars, 20h00 – 22h00, **en visio**

YOGA, mercredi 30 mars, 19h15-20h15 et 20h30-21h30, **en présentiel**

FENDENKRAIS, jeudi 31 mars, 12h30 – 13h30, **en visio**

SOPHROLOGIE, jeudi 31 mars, à 19h15, **en visio**

Retrouvez le détail des activités, les modalités d'inscriptions
ou de connexion sur le site de Trait d'union :

www.traidunion94.org

Contact : traidunion94@gmail.com



@traidunionalfortville

Téléphone/WhatsApp : 07 69 84 93 11

